

УДК 159.923.2-057.87:37.015.3

**Адаптационные проявления психологической защиты и
смысло-жизненных ориентаций личности студента**

Елена Анатольевна Резникова

кандидат психологических наук, доцент

Донбасский государственный педагогический университет

г. Славянск, Украина

e-mail: di-9@mail.ru

Аннотация. В статье приведены результаты эмпирического исследования динамических характеристик психологической защиты и смысловых ориентаций личности студентов с первого по пятый курс обучения в вузе. Установлена тесная связь динамических характеристик механизмов психологической защиты с этапами адаптационного процесса; особенности смысловых ориентаций сопровождают динамику адаптационного процесса студентов.

Ключевые слова: механизмы психологической защиты, адаптационный процесс, смысло-жизненные ориентации.

Abstract. The article presents the results of the empirical research of the dynamic characteristics of psychological defense and sense orientations of the personality of the students from the first to the fifth years of studying at university. The close connection of the dynamical characteristics of psychological defense with the stages of the adaptation process is defined; the peculiarities of the sense orientations accompany the dynamics of the adaptation process of the students.

Keywords: mechanisms of psychological defense, adaptation process, sense-life orientations.

Особенности адаптационной ситуации личности в период обучения в вузе определяются совпадением или наложением друг на друга в этот период двух типов стрессовых воздействий: связанных с особенностями и проблемами юношеского возраста и обусловленных условиями жизни и социального положения студенчества. Следовательно, студенческий период можно рассматривать как предъявляющий повышенные требования к психологической защите личности, а проблему психологической защиты студенчества к числу наиболее актуальных проблем высшей школы.

В современной зарубежной и отечественной и науке накоплен богатый теоретический и эмпирический материал, отражающий различные концепции психологической защиты и иллюстрирующий противоречивость данного феномена (Ф.В. Бассин, Ф.Е. Василюк, Р.М. Грановская, Л.Р. Гребенников и Е.С. Романова, В.И. Журбин, Б.В. Зейгарник, А.А. Налчаджян, В.С. Ротенберг, А.М. Штыпель, Т.С. Яценко и др.). Остается невыясненным вопрос о том, какие механизмы личности позволяют ей конструктивно противостоять агрессивной среде, защищая себя, свою целостность, свою внутреннюю свободу и достигать необходимой адаптированности.

Теоретический анализ проблемы психологической защиты позволяет предположить, что выбор той или иной стратегии психологической защиты осуществляется благодаря личностной регуляции.

Изучение смыслового уровня саморегуляции связано с анализом смысло-жизненных ориентаций личности. Согласно Д.А. Леонтьеву, ощущение смыслонаполненности или бессмысленности жизни – это индикатор переживания успеха или неуспеха в самореализации [1].

Цель исследования состояла в определении динамико-содержательных характеристик механизмов психологической защиты и

смысло-жизненных ориентаций в качестве способов личностной регуляции адаптационных процессов студентов.

Выборку составили студенты 1-5 курсов факультета психологии, экономики и управления Донбасского государственного педагогического университета в возрасте от 18 до 25 лет. Всего в исследовании приняло участие 400 человек.

С целью исследования бессознательной адаптационной активности личности студента был использован тест-опросник механизмов психологической защиты, разработанный Р. Плутчиком совместно с Г. Келлерманом и Х.Р. Контом и адаптированный Л.П. Гребенниковым.

Для изучения смысловой сферы личности нами был использован «Тест смысло-жизненных ориентаций» Д.А. Леонтьева. Тест является адаптированной версией теста «Цель в жизни» Д. Крамбо и Л. Махолика, разработанной авторами на основе теории стремления к смыслу и логотерапии В. Франкла.

Изучение динамических характеристик психологической защиты и смысло-жизненных ориентаций студентов проводилось на основании анализа изменений средних значений соответствующих показателей с первого по пятый курс обучения в вузе.

Анализ результатов свидетельствует, что показатели механизмов защиты находятся в границах достаточной выраженности (отрицание, вытеснение, проекция, замещение, реактивное образование) и высокой степени выраженности (регрессия, компенсация) на всех пяти курсах обучения. Интеллектуализация занимает среднюю линию графика и проходит через точку 50 перцентилей. При этом выраженность показателей механизмов защиты меняется в зависимости от курса обучения.

Очевидны некоторые общие закономерности в динамике механизмов психологической защиты с первого по пятый курс.

Установлено, что ко второму курсу динамика большей части защитных механизмов (проекция, замещение, отрицание, вытеснение, регрессия, компенсация, показатель ИНЗ) характеризуется увеличением интенсивности. При этом статистическая достоверность увеличения представлена у механизма проекции ($t=-2,37$; $p=0,01$) и показателя ИНЗ ($t=-2,11$; $p=0,03$). Динамика механизмов интеллектualiзация и реактивное образование, напротив, обнаруживает снижение интенсивности ко второму курсу. В целом, интенсивность механизмов защиты на втором курсе самая высокая.

Характер изменений интенсивности механизмов со второго по третий курс однозначен. Все механизмы проявляют тенденцию снижения интенсивности (отрицание, вытеснение, компенсация, проекция, замещение, реактивное образование, регрессия показатель ИНЗ). Механизм интеллектualiзация сохраняет свои значения со второго до четвертого курса. Статистически значимых изменений не выявлено. В целом, интенсивность механизмов защиты на третьем курсе сохраняется высокая.

Тенденция снижения интенсивности механизмов с третьего по четвертый курс сохраняется и даже усиливается у таких механизмов как подавление, регрессия, проекция, замещение, реактивные образования, показатель ИНЗ. Статистически значимых изменений между показателями механизмов защиты третьего и четвертого курса не выявлено, но обнаружена статистическая достоверность снижения интенсивности на четвертом курсе по отношению к показателям второго курса таких механизмов как проекция ($t=2,62$; $p=0,01$), регрессия ($t=2,12$; $p=0,03$), замещение ($t=4,14$; $p=0,00007$), показатель ИНЗ ($t=3,7$; $p=0,0003$). Это позволяет сделать вывод о том, что спад

интенсивности механизмов защиты охватывает период со второго по четвертый курс. Не наблюдается данная тенденция у механизма отрицание и компенсация, которые увеличивает интенсивность к четвертому курсу по сравнению с третьим курсом, хотя при этом не превышают значения показателей второго курса.

Характер изменений механизмов защиты (вытеснение, регрессия, проекция, замещение, интеллектуализация, реактивное образование, показатель ИНЗ) с четвертого по пятый курс имеет тенденцию увеличения. Статистическая достоверность увеличения выявлена у механизмов вытеснение ($t=-3,44$; $p=0,0009$), замещение ($t=-2,8$; $p=0,006$), показатель ИНЗ ($t=-2,23$; $p=0,03$). Причем, увеличение интенсивности вытеснения на пятом курсе статистически достоверно по отношению к его значениям на первом ($t=-3,67$; $p=0,0004$), третьем курсах ($t=-2,65$; $p=0,009$). Механизмы отрицания и компенсация не вписываются в данную схему и демонстрируют тенденцию понижения интенсивности на пятом курсе. При этом их значения не достигают значений первого курса.

Обнаруженная динамика механизмов психологической защиты студентов становится понятной при рассмотрении ее применительно к этапам адаптационного процесса, выделенных в работах В.И. Медведева [2]. Интенсификация бессознательной психологической защиты является составной частью системного ответа на возникновение трудных жизненных условий. Защитная бессознательная активность личности обеспечивает «ресурсосберегающее» поведение в изменяющихся условиях и возрастающих требованиях среды. Адаптационной целью личности становится саморегуляция, оценка целей и имеющихся ресурсов и оптимизация психофизиологической стоимости адаптационных перестроек.

На основе анализа средних значений переменных можно сделать следующие выводы:

– динамические характеристики механизмов психологической защиты имеют тесную связь с этапами адаптационного процесса. Высокий уровень интенсивности защит на втором и пятом курсах может рассматриваться как показатель пиков напряжения адаптационных процессов, а снижение напряжения защит на третьем и четвертом курсах – как показатель стабилизации процесса адаптации;

– различия в динамических характеристиках механизмов защиты студентов проявляются в различном соотношении спадов и подъемов их интенсивности с этапами адаптационного процесса. Схожие графики динамик демонстрируют механизмы отрицания и компенсации, механизмы вытеснения, регрессии, проекции, замещения, механизмы реактивное образование, интеллектуализация;

Анализ результатов свидетельствует, что общий показатель осмысленности жизни, а также показатели всех шкал лежат в пределах среднего диапазона значений предусмотренных ключом опросника. Исключение составляет показатель локус-контроля Я, значения которого на четвертом курсе превышают средние значения, а на пятом достигают низких.

Динамика смысло-жизненных ориентаций в общем виде может быть представлена как снижение показателей на втором и третьем курсе с последующим повышением их на четвертом и пятом курсах. Для показателя общего уровня осмысленности жизни характерно статистически достоверное: уменьшение значений на третьем курсе по отношению к значениям первого курса ($t=2,02$; $p=0,05$); увеличение значений на пятом курсе по отношению к значениям второго курса ($t=-2,56$; $p=0,01$) и значениям третьего курса ($t=-2,50$; $p=0,01$).

Факт снижения показателя осмысленности жизни на третьем курсе может быть связан с содержательными компонентами социально-психологической адаптации студентов. Несовпадение еще абитуриентских представлений и обретенного в процессе обучения более реального видения профессии часто приводит к кризису профессионального становления и, как результат – снижение осмысленности жизни. К окончанию третьего и началу четвертого курса первый этап кризиса профессионального становления завершается. Механизмом разрешения кризиса может считаться трансформация личностного смысла обучения студента путем приведения его в большее соответствие с профессиональными требованиями. Судя по повышению показателя ОЖ на пятом курсе, этот процесс протекает успешно.

Достаточно динамичен показатель удовлетворенности прожитой частью жизни. Установлено статистически достоверное увеличение показателя результат: на четвертом курсе по отношению к показателям первого ($t=-3,80$; $p=0,0002$), второго ($t=-3,73$; $p=0,0003$) и третьего ($t=-4,18$; $p=0,00001$) курсов; на пятом курсе по отношению к показателям второго ($t=-2,06$; $p=0,04$) и третьего ($t=-2,52$; $p=0,01$) курсов. Значительное повышение на четвертом курсе шкалы результат свидетельствует о завершенности определенного цикла адаптационного процесса.

Динамические характеристики обнаруживает показатель локус-контроля Я. Наиболее выражена способность к преодолению жизненных трудностей, уверенность в своей способности влиять на эти ситуации у студентов четвертого курса. В качестве причины отказа личности нести ответственность за происходящие события пятом курсе можно назвать адаптационное напряжение в связи с задачами профессионального и личностного самоопределения. В этом случае

экстернальный локус становится своеобразным защитным механизмом, позволяющим личности легче адаптироваться к воздействию внешних и внутренних адаптогенных факторов. Установлено статистически достоверное снижение показателя локус-контроля «Я» на пятом курсе по отношению к показателям первого курса ($t=2,50$; $p=0,01$).

Убеждение в контролируемости жизни наиболее шаткое на третьем курсе. Установлено статистически достоверное уменьшение на третьем курсе по отношению к значениям первого курса показателей локус-контроля «жизнь» ($t=2,04$; $p=0,04$).

На основе анализа средних значений переменных можно сделать следующие выводы:

- напряжение адаптационного процесса и проблемы экзистенциального характера совпадают на временном отрезке второго и третьего курса обучения студентов в вузе;

- рост показателей смысло-жизненных ориентаций на четвертом и пятом курсах может рассматриваться как результат адаптационной трансформации личности студента;

- напряжение адаптационного процесса на пятом курсе связано со снижением интернальности личности;

- высокие значения показателей шкалы результат, шкалы локус контроля Я на четвертом курсе могут рассматриваться как показатель завершенности определенного цикла адаптационного процесса, что находит свое проявление в субъективном ощущении возможности реализации внутриличностного потенциала в условиях установившегося баланса в системе личность – среда.

Результаты корреляционного анализа представили сопоставимость и взаимосвязь механизмов психологической защиты и показателей смысло-жизненных ориентаций личности, а также связанных с ними двух аспектов локуса контроля и общего показателя

осмысленности жизни. С показателями смысло-жизненных ориентаций связи механизма отрицания имеют прямую, а связи механизмов проекции, регрессии, замещения, реактивного образования – обратную зависимость; связи механизмов компенсации и вытеснения разнонаправленные с показателями смысло-жизненных ориентаций

Таким образом, функционирование механизмов защиты, снижение и повышение их интенсивности опосредовано влиянием смысло-жизненных ориентаций. При этом механизмы психологической защиты выступают одновременно как в качестве способов личностной регуляции адаптационных процессов так и способов организации смысло-жизненных ориентаций в структуре адаптационного ответа.

Список литературы:

1. Леонтьев Д. А. Самореализация и сущностные силы человека / Д. А. Леонтьев // Психология с человеческим лицом: Гуманистическая перспектива в постсоветской психологии. – М., 1997. – С. 156-176.
2. Медведев В. И. Адаптация человека / В. И. Медведев. – СПб.: Институт мозга человека РАН, 2003. – 551 с.